

No hace mucho tiempo atrás...

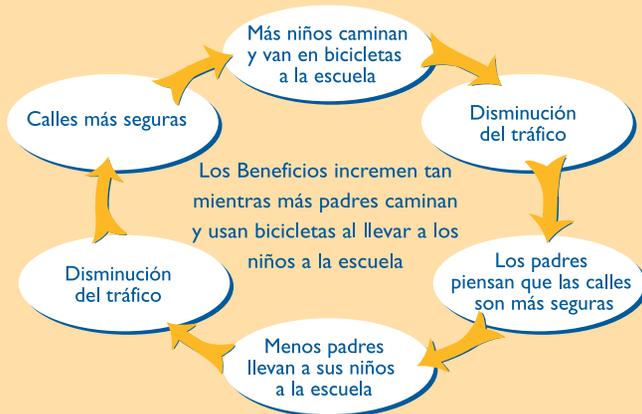
los niños andaban por sus vecindarios a pie o en bicicleta. Hoy en día, las madres y padres conducen a sus hijos llevándolos a casi todas sus actividades, temiendo por su seguridad ante el crimen y el tráfico. La imagen común de niños caminando o andando en bicicleta ha desaparecido de muchas comunidades.

Con menos niños a pie y en bicicletas, hay más vehículos en las calles. Los padres que llevan a sus niños a la escuela conforman entre el 20 y 25 por ciento de la gente que viaja en automóvil por la mañana. Mientras más vehículos hay en las calles, más padres creen que es poco seguro para sus hijos el caminar o andar en bicicleta, agregando así más automóviles al caos matutino.

¿Por qué necesitamos caminos más seguros?

- Los niños corren riesgos en las calles inseguras.
- Los niños están perdiendo su independencia.
- Los niños están menos activos.
- Nuestro medio ambiente se está contaminando.

Tú puedes ayudar a romper este ciclo. Un movimiento de Seguridad para la ida a la Escuela está logrando que los niños vuelvan a andar a pie o en bicicleta.



Algunas ideas para ayudarlo a disfrutar de caminar o andar en bicicleta para ir a la escuela

- 🏠 Siempre siga las leyes de tránsito y explique a su hijo por qué la seguridad vial es importante. Use casco cuando ande en bicicleta asegurándose de que le quede bien.
- 🏠 Practique el detenerse en los cruces, el mirar a la izquierda, derecha, adelante y atrás, prestando atención al sonido del tráfico y haciendo contacto visual con los automovilistas.
- 🏠 Encuentre todas las señales de tránsito en su ruta. Hable de lo que esas palabras y símbolos significan.
- 🏠 Observe la gente que camina, que monta en bicicleta y que anda en automóvil. Hable con su hijo acerca de la manera en que puede evitar o minimizar los peligros que encuentra en el camino. Por ejemplo, qué hacer en las intersecciones o cuando hay automóviles estacionados.
- 🏠 Mire a su alrededor – conozca su vecindario – la gente, los edificios, los animales, la jardinería, etc., que hay en su camino.

Póngase en contacto con nosotros para averiguar más acerca de estas ideas para mejorar las vías que sus niños usan para ir a la escuela y para que su vecindario sea más apto para ser recorrido a pie.



Iniciativa de California de Caminos Seguros para ir a la Escuela

un programa del Departamento de Servicios de Salud de California, con fondos adicionales otorgados por la Oficina de California para la Seguridad del Tráfico.
llamadas sin cargo: 1-888-393-0353
sitio de web: www.dhs.ca.gov/routes2school



Caminar +

Montar bicicleta =

Niños saludables

y alertos



Creando rutas más Seguras a la escuela

Cualquiera puede dar el primer paso para obtener caminos más seguros para ir al colegio. He aquí algunas sugerencias:

🏠 Camine o vaya en bicicleta hacia la escuela y/o de regreso, al menos parte del viaje —al menos algunos días a la semana. Anime a sus vecinos a que lo acompañen.

🏠 Forme un "Autobús Escolar a Pie" o un "Tren de Bicicletas." Es una versión divertida y activa de ir todos juntos a la escuela.

🏠 Anime a su comunidad para que haga que el Día Internacional de la Caminata Escolar se celebre el primer miércoles de octubre, o durante el Día de ir en Bicicletas a la Escuela en mayo.

Brinde su apoyo a las calles de poco tránsito, a los guardias de cruce, a la implementación de la seguridad vial en los caminos que llevan a las escuelas y a la educación de la seguridad vial.



10 Buenas Razones para Caminar o ir en Bicicleta a la Escuela



1. ¡Es divertido!

El caminar y andar en bicicleta son formas divertidas de transportarse! Hay muchas cosas para ver, oler, tocar, pensar y hablar en el camino.

2. Es saludable

El caminar y andar en bicicleta son excelentes maneras de mantenerse saludable y en forma. Cuando se hace ejercicio de forma regular, por lo menos a 10 minutos a la vez, usted ayuda a su corazón, pulmones y huesos.



3. Es educacional

Una forma activa de comenzar el día mejora el estado de ánimo, la concentración, la creatividad y las habilidades para resolver problemas. (Eso es verdad para los adultos también!) La educación no tiene por qué comenzar dentro del portón de la escuela, los niños pueden aprender acerca de su vecindario y convertirse en seres más independientes.

4. No Contamina el Medio Ambiente

El caminar y andar en bicicleta no causan emisiones dañinas! Además, los que caminan y los ciclistas respiran una menor cantidad de aire contaminado que la gente que viaja en un automóvil que está detenido o que se mueve lentamente.

5. Es de Buenos Vecinos

El caminar permite que los niños —y adultos— hagan nuevos amigos y conozcan a sus vecinos. Una menor cantidad de automóviles frente a la escuela puede mejorar los problemas de circulación de tránsito de la misma y haría un lugar más seguro para otros niños que caminan con regularidad.

6. Es Menos Estresante

El coordinar horarios para dejar a los niños en la escuela y recogerlos y el manejar en horarios de mucho tráfico pueden ser una molestia tanto para los niños como para los adultos.

7. Es una Oportunidad de Enseñar y Aprender Habilidades en los Caminos

Los adultos pueden enseñar seguridad vial y salirse de la perspectiva del conductor para obtener el punto de vista de los niños. Los niños pueden practicar habilidades de seguridad vial antes de lanzarse a andar por su cuenta.

8. Es Conveniente

Los niños que caminan y andan en bicicleta pueden ir a donde sea, cuando sea. Puede ser la escuela, de regreso a casa, a la biblioteca o al campo de juegos.

9. Es Económico

Menos viajes en automóvil equivale a menos gastos de gasolina. Cada vez que usted camina o utiliza su bicicleta en lugar del automóvil, usted ahorra dinero de la gasolina y mantenimiento del auto. Cuando hay más niños que caminan y andan en bicicleta regularmente, las escuelas pueden ahorrar dinero teniendo menos autobuses.

10. Es más Seguro

La presencia de gente caminando y de ciclistas dan la noticia a los automovilistas de que deben disminuir la velocidad y manejar con prudencia. Los vecindarios se convierten en un lugar donde todos pueden jugar, vivir y viajar durante toda la semana, no solamente a la hora de ir y regresar de la escuela.